

各種がん検診、送迎バス検診などは、「広報えべつ 10月号」折り込みの「江別けんしんだより（後期版）」をご覧ください。保健センター・検診専用ダイヤル ☎ 385-5225 へ。

保健・健康

歯科相談・フッ素塗布

日時…2月8日(水)、24日(金)
13:00～15:00

対象…就学前のお子さん
※フッ素は1歳から
(フッ素 800円)

持ち物…母子手帳、歯ブラシ、
コップ、タオル

会場・詳細…保健センター(若草町 6-1)
☎ 385-5252



2月 献血バスひまわり号巡回日程

日時	場所
17(金)	9:00～10:00 石狩 NOSAI (篠津 401-4)
	11:30～12:30 江別郵便局 (王子 16-15)
	13:00～14:00 江別市民体育館 (野幌町 9)
	14:30～16:30 江別市水道庁舎 (萩ヶ岡 1)
19(日)	フード D LISTA (大麻北町 521-29) ※ 12:00～13:30 は昼休み
27(月)	14:00～15:00 ㈱日本デジタル研究所 (西野幌 120-5 RTN パーク内)
	15:30～16:30 JA 道央 江別支店 (6条 8丁目)

※当日の輸血用血液の在庫状況によっては、400ml のみの受付となります。

休日・祝日当番病・医院 (救急・急病)

【診療時間】内科・小児科 9:00～17:00 / 外科系 9:00～翌朝 9:00 (■印の医療機関は診療時間が異なります)

※都合により変更される場合があります。新聞紙面または北海道救急医療情報案内センター (☎ 0120-20-8699、携帯電話からは 011-221-8699)、江別市消防本部 (☎ 382-5453)、江別医師会のホームページでご確認ください。



月/日	内科・小児科	外科系
2/5(日)	■平賀内科クリニック 野幌東町 26-26 ☎ 382-5989 (診療時間 8:30～17:00) □あずま子ども家庭クリニック (小児科のみ) 野幌住吉町 25-10 ☎ 385-2500	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
11(土・祝)	□野幌病院 (内科のみ) 野幌町 53 ☎ 382-3483 ■とがし小児科 (小児科のみ) 野幌松並町 25-2 ☎ 385-0150 (診療時間 8:30～16:00)	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
12(日)	□大麻内視鏡内科クリニック 大麻東町 31-1 ☎ 386-3366 □ウルトラ内科小児科クリニック (小児科のみ) 大麻栄町 11-9 ☎ 688-8801	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
19(日)	□溪和会江別病院 (内科のみ) 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111 ■江別市立病院 (小児科のみ) 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～17:00)	■江別市立病院 若草町 6 ☎ 382-5151 (診療時間 8:30～翌朝 8:30)
26(日)	□おおあさクリニック 大麻中町 2-17 ☎ 388-2233 □おおあさ鈴木ファミリークリニック 大麻扇町 3 ☎ 386-5303	□江別谷藤病院 幸町 22 ☎ 382-5111
3/5(日)	□アウル内科クリニック 東野幌本町 2-18 ☎ 383-3456 □よしなりこどもクリニック 上江別東町 44-17 ☎ 391-4470	□溪和会江別病院 野幌代々木町 81-6 ☎ 382-1111
●産婦人科救急夜間相談 ☎ 622-3299【さんぶきゅうきゅう】 札幌市産婦人科救急電話相談 (年間全日対応 19:00～翌朝 7:00)		
●北海道小児救急電話相談 (お子さんの急な病気やけが) ☎ 232-1599 または # 8000 (年間全日対応 19:00～翌朝 8:00)		
●江別市夜間急病センター ☎ 391-0022 (錦町 14-5) 内科・小児科 (年中無休) 診療時間 19:00～翌朝 7:00 受付時間 18:30～翌朝 6:30		



江別市立病院

変形性関節症 (膝関節を中心に)

診療統括監 (整形外科) 岸本 隆史

年齢と共に関節軟骨の柔軟性が減り、関節液の性質・状態が変化します。ここに体重などの負担が継続的にかかり、軟骨がすり減って関節の痛みを生じた状態を「変形性関節症」といいます。

これが進行すると軟骨周辺の骨にも影響を及ぼし、関節全体が変形してしまいます。ほとんどは原因になる疾患がない、加齢による一次性関節症と言われるものです。一般的に、骨折は治りますが、損傷を受けた軟骨は治ることはありません。現在、軟骨再生医療が盛んに取り上げられていますが、いまだに軟骨を修復する薬も、魔法のように回復する治療も確立されていません。

変形性関節症は、小さい関節だと手指の関節、大きな関節だと股関節、肩関節など全身のさまざまな関節に生じます。

一般的には荷重関節 (体重を支えて動く関節) に多い傾向があり、症状の問診と X 線撮影で診断します。

外来診療で特に多いのは膝関節です。膝関節は比較的治療の方法が確立されていて、私の外来診療の中心的疾患でもあります。長く歩いた後の膝の鈍痛や熱感、腫れ、あるいは正座が困難、階段の昇り降りが痛みのため不自由などの症状を訴えて来院される方の多くは、程度の差はありますが変形性関節症による症状であることが多いのです。この疾患は女性に多く、60 歳以上の方の半数以上が何らかの症状を持っていると、一般的には言われています。

症状の進行程度にもよりますが、日常生活を見直して改善する場合から、関節内へのヒアルロン酸の注射、内視鏡による手術、骨切り (骨を切って角度を変える)、人工関節置換などその治療方法はさまざまです。

歩行時の膝関節の痛みは日常生活の著しい障害になりますし、予期せぬ転倒にもつながります。膝関節の痛みでお困りの方は、ぜひ一度当科を受診されることをお勧めします。

無料相談窓口

※祝日は休みます。

暮らし

- ▶**税務相談** (要予約) : 2/15 (水)、3/15 (水) 13:00 ~ 16:00 市民税課 ☎ 381-1012
※予約は前月の1日から受付。
- ▶**一般相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 市役所本庁舎1階 市民相談所 ☎ 381-1021
- ▶**家庭生活悩みごと相談** : 毎週月曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター ☎ 385-1234、毎週水曜日 10:00 ~ 15:00 にこにこ相談室 (総合社会福祉センター内) ☎ 389-7830、毎週木曜日 10:00 ~ 15:00 市役所大麻出張所 ☎ 382-4855
- ▶**悩みごとテレホン相談** : 毎週火・金曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター ☎ 389-7830
- ▶**消費生活相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 市役所第二別館2階江別市消費生活センター ☎ 381-1026、2/10、24 いずれも金曜日 10:00 ~ 16:00 市役所大麻出張所 ☎ 382-4855

健康

- ▶**女性の健康相談** (要予約) : 2/14 (火) 13:30 ~ 15:30 江別保健所 ☎ 383-2111
※予約は前日 16:00 までに。秘密厳守。
- ▶**心の健康相談** (要予約) : 2/16 (木) 13:30 ~ 16:00 江別保健所 ☎ 383-2111 ※予約は前々日 12:00 までに。精神科受診歴のある方は要相談。
- ▶**へるすあっぷ** (生活習慣病予防) 相談 (要予約) : 2/13、20、27、3/6 いずれも月曜日 10:00 ~ 12:00 保健センター ☎ 385-5252
- ▶**こころと体の健康相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 保健センター ☎ 385-5252
- ▶**親子健康相談** : 2/15 (水) 9:30 ~ 11:00 保健センター ☎ 385-5252



子育て・教育

- ▶**乳幼児の子育て相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子育て支援センターすくすく ☎ 381-1714
- ▶**子どもの発達相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 子ども発達支援センター ☎ 385-1015
- ▶**子育てテレホン相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 12:00 相談室 (教育委員会内) ☎ 384-7005
- ▶**家庭児童相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子育て支援課 ☎ 381-1236
- ▶**ひとり親・家庭相談** : 月~金曜日 9:00 ~ 17:00 子育て支援課 ☎ 381-1236
- ▶**子育て支援コーディネーター** : 月~金曜日 10:00 ~ 16:00 子育て支援室内 ☎ 381-1126
- ▶**教育相談** (要予約) : 2/7、14、21、28 いずれも火曜日 10:00 ~ 12:00 青年センター2階サークル室3号臨床心理士 (スクールカウンセラー) が相談に応じます。
申込・詳細…教育支援課 ☎ 384-7830
- ▶**いじめ・不登校相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 17:00 教育支援課 ☎ 382-4044
- ▶**子ども電話相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 17:00 教育支援課 ☎ 384-7830
- ▶**ヤングテレホン** : 月~金曜日 13:00 ~ 17:00 相談室 (教育委員会内) ☎ 383-8009



福祉

- ▶**認知症の悩みごと相談** : 毎週水・木曜日 10:00 ~ 15:00 いきいきセンターさわかち ☎ 387-5657、毎週木曜日 10:00 ~ 15:00 総合社会福祉センター ☎ 389-7830
- ▶**高齢者総合相談** : 月~土曜日 8:45 ~ 17:15 江別第一地域包括支援センター ☎ 389-4144、月~金曜日 8:30 ~ 17:30、土曜日 8:30 ~ 12:30 江別第二地域包括支

- 援センター ☎ 389-5420 月~土曜日 9:00 ~ 17:40 野幌第一地域包括支援センター ☎ 381-2940 月~金曜日 8:30 ~ 17:00、土曜日 8:30 ~ 12:30 大麻第一地域包括支援センター ☎ 388-5100
- ▶**精神障がい回復者生活相談** : 月~金曜日 10:00 ~ 15:00 あすか就労継続支援施設 ☎ 382-0660
- ▶**障がい福祉相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 障がい者支援センター (いきいきセンターさわかち内) ☎ 802-5004

行政・法律

- ▶**法律相談** (要予約) : 2/9 (木)、23 (木) 13:00 ~ 15:00 市役所本庁舎1階 市民相談所 ☎ 381-1021 ※申込は、月初め平日初日 8:45 から電話で受付。各相談日先着5名。
- ▶**人権相談** : 2/16 (木) 13:00 ~ 15:00 市役所本庁舎1階 市民相談所 ☎ 381-1021 ※当日随時受付
- ▶**行政相談** : 2/23 (木) 13:00 ~ 15:00 市役所本庁舎1階 市民相談所 ☎ 381-1021 ※当日随時受付

その他

- ▶**金融相談** (要予約) : 2/7、21 いずれも火曜日 10:00 ~ 15:00 江別商工会議所 ☎ 382-3121
- ▶**犯罪被害者相談** : 月~金曜日 8:45 ~ 17:15 市民生活課 ☎ 381-1093 ※秘密厳守
- ▶**若者就労相談** (要予約) : 各日6名まで。2/7、14、21、28 いずれも火曜日 10:00 ~ 17:00 市民活動センターあい、2/10、17、24 いずれも金曜日 10:00 ~ 16:00 野幌公民館 申込・詳細…岩見沢地域若者サポートステーション ☎ 0126-25-0601 (月~金曜日 10:15 ~ 17:15)

女性のための法律相談



日常生活での問題や悩みごとなど、法律に関わる相談に女性弁護士が応じます。お気軽にご連絡ください。

要予約。無料。

日時…2月24日(金) 13:30 ~ 15:00

会場…市民会館

定員…4名 (1人30分) ※先着順

詳細 子育て支援課家庭相談担当 ☎ 381-1236

江別消費生活講座

最近の製品苦情の内容把握と、平成28年12月から施行された「新洗濯表示」を理解するための講座です。事前申込不要。無料。



『最近の商品トラブルと新洗濯表示!』

講師…(一社)北海道消費者協会商品テストグループ主幹 見延明代さん

日時…2月28日(火) 13:30 ~ 15:30

会場…野幌公民館 研修室3・4号

定員…50名

詳細 江別消費者協会 ☎ 381-1026



宝くじの助成金で太鼓を購入

市内の和太鼓チーム「大麻夢太鼓」では、(一財)自治総合センターのコミュニティ助成事業で、老朽化した長胴太鼓の革の張り替えや新調を行いました。この事業は、全国自治宝くじの社会貢献広報事業として実施され、住民のコミュニティ活動の促進や、宝くじの普及広報を目的に行われています。今回の助成により、「大麻夢太鼓」が地域のお祭りや行事、慰問活動で、より一層活躍し、地域コミュニティの発展に寄与することが期待されます。

詳細 市民生活課 ☎ 381-1018